



(第2版)

# よこはま 月例マラソン

第3日曜開催

主催 新日本スポーツ連盟  
横浜市連盟



〒221-0822

横浜市神奈川区西神奈川 1-18-2

永田ビル2F

新日本スポーツ連盟

横浜市連盟内 よこはま月例運営委員会

<eメール yokogetsu1@yg.jp>

<HP http://yokogetsu.jimdo.com/>

大会前日及び当日の連絡先:

080-4422-9069

# さあ君もマイロードに飛び出そう!



## 継続する事に表彰



「よこはま月例マラソン」は、個人のスピードを競うだけでなく継続してマラソンを行う人に表彰をしています。

## 全世代で楽しみを共有

1歳くらいの小さいお子さんから80歳を超えるベテランの方まで全世代で楽しめる大会を目指しています。



## ボランティアでの運営



気軽に毎月楽しめるように大会の運営は全てボランティアに交えられて行っています。

ボランティア募集中!

開催日	毎月第3日曜日
場所	新横浜駅前公園 鶴見川ランニングコース ★新横浜駅から徒歩10分 ★市営地下鉄新横浜駅から徒歩8分
受付	現地にて7時50分より10時まで
種目	1Km・3Km・5Km・10Km 20Km (6月から9月は休み) (重ならなければ複数種目参加できます)
月例会費	初回 1500円 2回目から大人1000円 中学生以下500円

受付と決勝(ゴール後)においてバーコード読み取りを導入しておりますので忘れないようにゼッケンの左下につけてください。

ゼッケンは胸と背中の両方につける。



20キロランナーは名札に緑のカードを入れる  
(受付にあります)

## 基本スタート順と時間

時間はあくまでも目安です。  
スタート時間の30分前までに受付をしてください。

1 Km	小学生以下 8:30 <small>休日は認めませんが 記録は小学生以下のみ</small>
1 Km	A 8:40 B 8:50 C 9:00 <small>※仕分けは参加者が 思いあわせゼッケン により各組に行っ ています</small>
5 Km	9:15
20 Km	9:50 (6月から9月は休み)
10 Km	9:55
3 Km	10:05

## ご注意

その日のコンディションによって距離やスタート時間を変更することもあります。  
(10キロを中止して5キロに変更する等)  
その判断は熱中症計(WBGT)の数値を基にスタート直前の決定となりますのでホームページなどでの事前告知はできません。  
**また専用ロードではありませんので歩行者・自転車に充分ご注意ください**  
以上ご理解・ご協力をお願いいたします。